**SECRETARIA DE EDUCACION**

11

**PLAN DE ESTUDIOS POR COMPETENCIAS**

**COMPONENTE FORMACIÓN HUMANO**

**CICLO 3\_**

**Componente o Área: Educación Física**

**Ciclo 1.**

**Fecha: Mayo 2012**

**Docentes participantes:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE** | **SEDE** | **ÁREA** | **CORREO** |
| **HAROLD SANCHEZ CARMONA** | FE Y ALEGRIA AURES | EDUCACION FÍSICA | haroldsanc@hotmail.com |

**ESTANDARES 6° y 7°**

**CICLO 3**

**COMPETENCIA MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL Y AXIOLOGICA**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **VERBO** | | COMPETENCIA MOTRIZ | 2.- COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL | 3.- COMPETENCIA AXIOLOGICA CORPORAL |
| **Relaciono** | Las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos  La práctica de la actividad física y los hábitos saludables. | | Mis emociones con estados fisiológicos de mi cuerpo (sudoración, agitación, alteraciones de la frecuencia cardiaca y respiratoria). |  |
| **Controlo** | El movimiento en diversos espacios, al desplazarme y manipular objetos | |  |  |
| **Realizo** | Secuencias de movimiento con duración y cadencia preestablecidas | |  |  |
| **Comprendo** | Los efectos fisiológicos de la respiración en el desarrollo de la actividad física.  Los conceptos de las pruebas que miden mi capacidad física y hago aplicación de ellas.  Los conceptos de las capacidades físicas, al participar en actividades propias de cada una de ellas  Y practico la relación entre actividad física y recuperación en la realización de los ejercicios físicos.  La importancia de las reglas para el desarrollo del juego | | Diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física | Que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.  La importancia de mi tiempo para la actividad física y el juego  Comprendo las recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física. |
| **Perfecciono** | Posturas corporales propias de las técnicas de movimiento | |  |  |
| **Combino** | Diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas deportivas.  Técnicas de tensión-relajación y control corporal. | |  |  |
| **Identifico** | Tácticas a partir de la práctica deportiva y sus reglas. | |  | El valor de la condición física y su importancia para la salud |
| **Practico** | Elementos de actividades físicas alternativas o contemporáneas | |  |  |
| **Interpreto** | Situaciones de juego y propongo diversas soluciones. | |  |  |
| **Contribuyo** | A la conformación equitativa de los grupos de juego. | |  |  |
| **Organizo** | Juegos para desarrollar en la clase. | |  |  |
| **Soy** | Tolerante ante las diferentes circunstancias que me presenta el juego para contribuir a su desarrollo. | |  |  |
| **Comparo** |  | | Y ejecuto prácticas lúdicas de Tradición regional. |  |
| **Ajusto** |  | | Mis movimientos al movimiento de mis compañeros. |  |
| **Aplico** |  | |  | Las variables: tipo de ejercicio, duración, intensidad frecuencia, indicaciones y contraindicaciones en la práctica del ejercicio físico. |
| **Procuro** |  | |  | Cuidar mi postura en la práctica de la actividad física y la vida cotidiana |
| **Resuelvo** | Las diversa situaciones que el juego me presenta | |  |  |
| **Atiendo** | Las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar y recuperación | |  | Las orientaciones sobre mi tiempo para jugar y realizar actividad física. |
| **Aplico** |  | |  | Las variables: tipo de ejercicio, duración, intensidad frecuencia, indicaciones y contraindicaciones en la práctica del ejercicio físico. |
| **Procuro** |  | |  | Cuidar mi postura en la práctica de la actividad física y la vida cotidiana |
| **Resuelvo** | Las diversa situaciones que el juego me presenta | |  |  |
| **Atiendo** | Las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar y recuperación | |  | Las orientaciones sobre mi tiempo para jugar y realizar actividad física. |

**TAXONOMIA DE BLOOM 6º y 7º**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **CONCEPTUALES SABER** | **PROCEDIMENTALES HACER** | **ACTITUDINALES SER** |
| Sexto- séptimo. Primer periodo.  Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos  Sexto- séptimo. Primer periodo.  Relaciono la práctica de la actividad física y los hábitos saludables.  Sexto- séptimo. Primer periodo.  Relaciono mis emociones con estados fisiológicos de mi cuerpo (sudoración, agitación, alteraciones de la frecuencia cardiaca y respiratoria).  Sexto- séptimo. Primer - periodo.  Comprendo los efectos fisiológicos de la respiración en el desarrollo de la actividad física. | Sexto- séptimo. segundo periodo  Controlo el movimiento en diversos espacios, al desplazarme y manipular objetos  Sexto- séptimo. segundo periodo  Realizo secuencias de movimiento con duración y cadencia preestablecidas  Sexto- séptimo. Tercer periodo  Perfecciono posturas Corporales propias de las técnicas de movimiento  Sexto- séptimo. Tercer periodo  Combino diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas Deportivas.  Sexto- séptimo. Tercer periodo  Combino técnicas de tensión-relajación y control corporal | Sexto- séptimo. segundo periodo  Contribuyo a la conformación equitativa de los grupos de juego. Sexto- séptimo.  Sexto. Séptimo segundo periodo  Soy tolerante ante las diferentes circunstancias que me presenta el juego para contribuir a su desarrollo.  Sexto- séptimo. Tercer periodo  Procuro cuidar mi postura en la práctica de la actividad física y la vida cotidiana  Sexto- séptimo. Tercer periodo  Sigo orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física  Sexto- séptimo. Tercer periodo  Expreso entusiasmo en las actividades propuestas |
| Sexto- séptimo. Primer - periodo.  Comprendo los conceptos de las pruebas que miden mi capacidad física y hago aplicación de ellas.  Sexto- séptimo. Primer - periodo.  Comprendo los conceptos de las capacidades físicas, al participar en actividades propias de cada una de ellas  Sexto- séptimo. Primer - periodo.  Comprendo y practico la relación entre actividad física  y recuperación en la realización de los ejercicios físicos.  Sexto- séptimo. Tercer periodo  Comprendo la importancia de las reglas para el desarrollo del juego  Sexto- séptimo. Tercer periodo  Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física  Sexto- séptimo. segundo periodo  Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.  Comprendo la importancia de mi tiempo para la actividad física y el juego | Sexto- séptimo. Tercer periodo  Practico elementos de actividades físicas alternativas o contemporáneas  Sexto- séptimo. Tercer periodo  Organizo juegos para desarrollar en la clase  Sexto- séptimo. Tercer periodo  Comparo y ejecuto prácticas lúdicas.  Sexto- séptimo. Tercer periodo  Ajusto mis movimientos al movimiento de mis compañeros.  Sexto- séptimo. Tercer periodo  Participo en actividades lúdico-deportivas.  Sexto- séptimo. Segundo -Tercer periodo  Aplico las variables: tipo de ejercicio, duración, intensidad frecuencia, indicaciones y contraindicaciones en la práctica del ejercicio físico.  Sexto. Primer periodo  Exploro gestos, representaciones.  Sexto. Primer periodo Exploro mis capacidades físicas en diversidad de juegos y actividades. | Sexto- séptimo. tercer periodo  Resuelvo las diversa situaciones que el juego me presenta  Sexto- séptimo. Tercer periodo  Comprendo las recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.  Sexto. Primer periodo  Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar y recuperación al finalizar la actividad física.  Identifica el valor de la condición física y su importancia para la salud |
| Sexto- séptimo. Tercer periodo  Identifico tácticas a partir de la práctica deportiva y sus reglas. | Sexto. Primer periodo  Exploro técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo |  |
| Sexto- séptimo. Tercer periodo  Interpreto situaciones de juego y propongo diversas soluciones. |  |  |